RECOVERY KERNEL

Seri Navigasyon Pou Substans Spesifik

Kijan pou rekoupere apre chemsex?

Gid Rekuperasyon Polydrog

Lè w ap itilize Recovery Kernel Framework la

Kristal Metamfetamin · GHB / GBL · Mephedrone (4-MMC) · Katinon yo · MDMA · Kokain · Slamming

⚠ RESOU RISKW REDUI—PA KONSEY MEDIKAL | Krisis: rele 116 oswa tèks findahelpline.com

GUIDE SA ADRESÈ BYOLOJI SPESIFIK DEPANDANS SUBSTANS PLIKE.

Chak pwodui nan modèl chemsex la mande pwòp chemen rekoblè li, kouri an paralèl. Gid sa a koordine yo.

Yon Nòt Anvan Ou Kòmanse

Sa se pi konplè gid nan Seri Navigasyon Espesifik Substans ki soti nan Recovery Kernel la. Li konplè pa paske okenn yon substans nan modèl chemsex ki pi konplè pase lòt yo endividyèlman — gid meth la, gid GHB la, ak gid kokain an chak adrese sijè li a nèt — men paske chemsex prezante yon defi rekòvery ki diferan fonmantèlman nan karaktè l sou yon adiksyon senbòl.

Chemsex se pa twa adiksyon. Se yon sèl adiksyon ki eksprime atravè twa mekanis pharmakolojik similtane, òganize alantou yon kontèks espesifik (eksperyans seksyèl), anba yon kominote espesifik (prensman men pa eksklizivman kominote gay, biseksyèl, ak gason ki fè sèks ak gason), e k ap enkli konsekans sante ki ale pi lwen pase nurobyoloji pou abarte transmisyon HIV, enfeksyon seksyèlman transmèt, ak yon modèl konpòtatman seksyèl ke sibstans yo te itilize espesyalman pou enable.

Kompendium nan mete non twa pwodwi chimik sa yo klèman: Crystal Meth, GHB/GBL, Mephedrone. Li idantifye yo kòm ap opere tankou yon atak 'Denial of Service (DoS) sou sant jijman itilizatè a.' Li mete non enterيتي pòvasyon jènetik espesifik ki fè moun sèten trè atistik. E li genyen yon seri pwotokòl espesyalis konplè — Pwotokòl 35S ak sous-pwotokòl yo — espesyalman pou popilasyon sa a.

Gid sa a entegre chemen rekouperasyon sou substans yo ki soti nan lòt kote nan seri sa a ak dimansyon ek opere ki mande rekouperasyon chemsex: kad sante seksyèl la, priyorite medikal pou VIH ak STI yo, lapriye pi victe chimik la ak flatline an, sekswalite san dwòg, ak arkitekti kominotè ki ranplase sèn chemsex san li mande abandone idantite seksyèl moun nan ak kominote l.

Rekiperasyon nan chemsex pa se rekiperasyon soti nan twa pwodwi ki sere. Se rekiperasyon yon tèt konplè—seksèl, sosyal, biyolojik, ak relasyonèl—soti nan yon modèl ki konsome tout kat yo an menm tan.

Li seksyon 0 anvan anyen lòt.

Seksyon 0 — Sekirite Imedyat: Li Sa Premye

Ijans Medikal pa Selon Substans

⚠ KOMBINASYON CHEMSEX SA A PI DANGERE PASS AK PWÒDUI INDIVIDUEL. GHB + METH = RISKW KADIAK E RESPIRATWA KONBINE. GHB + ALCOOL = KOMBINASYON 'HARD FAIL' KI KA SOUVÈT. PA JANMI KOUMINE GHB AVEC ALCOOL OU AUTRE DÉPRESSANTS.

Kalite ijans	Siny ak simtòm	Repons
Sòvè GHB ki twòp (pi komen danje akut la)	Pa reponn nan vwa oswa doulè, respira ki dous oswa ki rete, lèt oswa manikyò ki ble, vomi pandan ki enkoni, konvèsyon	Rele 116 IMEDIATMAN. Pa gen ajan revès ki egziste. Roul nan pozisyon rekoblè. rete la jiskaske EMS rive. Pa kite moun yo pou kont yo. Naloxone pa mache sou GHB.
Evènman kè mete nan menm tan ak meth	Douleur nan piye, kè ki bat ritm iregilye, malèt souf, tèt fè mal sevitè ak yon fwa, doulè nan bra bò a, doulè nan makilaj la, paralizi figi, feblès nan bra	Rele 116 IMEDIATMAN. Kouche. Pa efòse. Sa se yon atak kè oswa yon koupaj. Chak minit san tretman medikal ogmante domaj la.
Psikoz met [ ] Sòmèyans ak pwoblèm sante mantal ki ka parèt apre yon eksperyans ak meth.	Kretek ansèyman bagay ki pa reyal (delisyon paranòyik), wè oswa tande bagay ki pa la (ilijinasyon), ajitasyon oubyen vyolans, enabilite pou rekonèt reyalite	Rele 116 si gen danje pou moun nan oswa lòt moun. Ale nan anviwònman ki kalm ak ki pa gen anpil estimilasyon. Pale avèk kalm. Pa fè débat sou kontni delijasyon yo. Evalyasyon medikal mande — sikozis ka kontinye jou rive semèn apre dènye itilizasyon meth.
Sipleman Mephedrone / overdòz cathinone	Douleur nan piye, hipertansyon, ipertermi (tanperati kò wo), konvèsyon, ajitasyon grav, sikoz	Rele 116. Refwadi moun nan (retire rad ki twòp, refwadi anviwònman an). Pa rete si sa posib. Evalyasyon medikal nesesè — evènman kè katinon yo dokimante.
Ijans slamming (enjeksyon IV)	Abès oswa woujè grav nan sit enjeksyon an, fyè ak rigo (frèt ki fè moun trese), doulè nan piwès ak fyè (posib endokarditis), difikilte pou respire	Rele 116 pou fyè + rigo oswa doulè nan piwès + fyè. Sa yo ka endike sepsisemya oswa endokarditis — kondisyon ki menase lavi ki mande antibyotik pa IV. Pa 'rete epi wè' ak simtòm sa yo.
Atak seksyèl pandan chemsex	Kontekst chemsex souvan gen rapò ak atak seksyèl ki fasilite pa dwòg yo — pwostilman yo	Ou gen dwa jwenn swen medikal, PEP (si nan 72 èdtan), ak sipò san egzakteman konvèsyon an. Liy

	konsante ak yo aksepte itilize pou kenbe aktivite seksyèl ki pa t aksepte.	Sipò Nasyonal RAINN pou Atak Seksyal: 1-800-656-4673. Depatman ijans ap bay egzamen forensik ak PEP si li desize.

Responswa Ijans pou HIV ak STI

SENTURION AN — Fenèt 72 Or ki Siste Lavi

Pwotokòl 42 nan kompendium an kadre PEP kòm 'Emergency Rollback' — Pwen Restorasyon Sistèm sa a ki dwe kòmanse nan 72 èdtan apre yon potansyèl ekspoze HIV. Si ou te fè sèks san kondòm pandan chemsex epi gen nenpòt posiblite ekspoze HIV — pa tann pou w konnen. Kòmanse PEP kounye a.

Entèvansyon	Sa li fè	Fenèt tan ak aksè
PEP (Prevansyon Apre Ekspozisyon)	Kours 28 jou medikaman antiretroviral ki anpeche VIH etabli enfeksyon apre yon potansyèl ekspozisyon. Efikasite a diminye ak tan epi li tonbe a zero apre 72 èdtan.	Dwe kòmanse nan 72 èdtan — pi bonè, pi efikas. Disponib nan nenpòt departman ijans, klinik sante seksyèl, oswa espesyalis VIH. Mande dirèkteman: 'Mwen bezwen PEP pou ekspoze ak HIV potansyèl.'
PrEP (Prevansyon Anvan Ekspozisyon)	Medikaman chak jou (Truvada/Descovy) oswa enjeksyon ki dire lontan (Apretude) ki redwi ris lanmèt VIH pa plis pase 99% lè li kenbe. Kompendium nan rele sa 'Firewall Pre-Ekzekisyon.'	Kòmanse anvan pwochen konfontasyon chemsex ou. Disponib nan klinik jeneral (GPs), klinik sante seksyèl, ak sèvis VIH. Si ou pa sou PrEP deja epi ou patisipe nan chemsex — kòmanse PrEP jodi a, anvan sesyon pwochen an.
Tès ak tretman STI yo	Gonorè, klamidya, sifiliz, herès, HPV, hepatit A ak B tout yo ka transmèt nan kontèks chemsex. Anpil youn yo pa montre okenn senpòm. Testaj regilye se sèl fason pou konnen.	Minimòm chak 3 mwa pou moun ki aktif nan chemsex. Tès pandan tout kontwòl sante seksyèl menm si pa gen simtòm. Trete imedyatman lè yo jwenn — prezans STI ogmante riski transmisyon HIV anpil.
U=U (Pa Detekte = Pa Transmite)	Yon moun ki pozitif pou HIV ak yon kantite viris ki souprimé konplètman (wen anba 200 kopi/mL) pa ka transmèt HIV seksyèlman. Sa pa yon estrateji rediksyon risk — se yon fèt biyolojik ki etabli pa etid PARTNER ak PARTNER2.	Si ou oswa yon patnè pozitif pou VIH: sèl kesyon ki enpòtan se si tretman an ap swiv ak si kantite viris la rete anba kontwòl. Yon kantite viris ki pa ka detekte fè transmisyon VIH enposib nan kontèks seksyèl.

Naloxone — Pran li pou sesyon GHB

Naloxone (Narcan) pa revèse overdòz GHB. Sepandan, si opioid tou prezan nan kontèks chemsex — ki ap rive pi souvan pandan ke approvisionn ki melanje ak fentanyl rive tout kategori dwòg — naloxone ka sove lavi. Kite li avèk ou san egag. Anviwònman chemsex se yon kote kote plizyè sibstans souvan prezan, ki gen ladan sibstans moun nan pa konnen li te pran.

Disponib san preskripsyon nan pifò apotek amerikèn yo. Liy iminitè pa janm itilize pou kont ou: 1-800-484-3731.

Seksyon 1 — Sa Kemseks la te fè ak sèvo ou, kò ou, ak sekswalite ou

SENTURION AN — Trinite a pa te twa dwòg. Li te yon sikoloji.

Trinite chemseks la—crystal methamphetamine, GHB/GBL, ak mephedrone (avèk cathinones, MDMA, cocaine, ak lòt bagay kòm varyasyon ki depann de kontèks)—pa te chwazi pa chans. Chak pwodui gen yon wòl fonksyonèl espesifik nan arkitekti chemseks la, e konbinezon an entansyonèl sou nivo nurobyolojik menm lè li pa konsyanman konseve:

Arkitektir Fonksyonèl Trinidad la

Sòtans	Wòl nasyonal prensipal nan chemsex	Sa ki te enable li seksyèlman	Sa koute?
Kristal metanfetamin	Devlopman dopamin ak norepinefrin ki makmas: motivasyon ekstrèm, enèji, reveye, hiperseksyalite. Mòtè a. Li diminye inibisyon epi li amelyore eksperyans santètik.	Lè ki pase nan aktivite seksyèl kontinyèl. Yon pwemye seksyal ki outre fatig, dout, ak malèz. Santi konfyans ak desirabilite. Dekonstriksyon sou konpòtman seksyèl ki te santi yo enposib lè san yo.	Devastasyon sistèm dopamin (downregulation D2). Deprivasyon dòmi. Domaj nitwoksik nan doze wo ki kenbe. Psikoz. Pi long kad pou rekonperasyon nan twizeyèm—12–24 mwa pou repare konplè sistèm dopamin.
GHB / GBL	Agonis GABA-B: disinhibisyon, eufori, relaksasyon fizik, amelyorasyon sansyèl. Kontrabalans pou anksyete met — GHB ameblee kouraj stimulan an epi li diminye paranoia ak kenbe jaw ki pwodui met doze wo.	Retireman inhibisyon fizik ak sikolojik. Rediksyon anksyete ki te koze pa meth. Relaksasyon misk yo ki pèmèt pratik seksyèl. Santi chalè, ouvè, ak disponiblite emosyonèl. 'Lubrifikasyon sosyal' twizeye a.	Pi danjere medikalman retreman twa sa yo—riski konvèsyon ak sikoz nan kèk èdtan apre yon doz ki manke lè li bay nan doze depandan. Domaj vesika ak GBL nan kèk modèl. Dependans fizik pi fò nan twa pwodui sa yo.
Mephedrone / cathinones	Inhibisyon triple reuptake (dopamin, serotonin, norepinefrin) ki sanble ak kokèn men ki gen efè empatogenik pi fò	Entimite emosyonèl ak fizik ki entans. Amelyorasyon taktile a (sentiman manyen ki ekstraòordinè) ki pèmèt entimite fizik	Risk pou kè (arytmie kadyak nan doze wo). Potansyèl neurotoksik. Dezòd sistèm serotonin ki sanble ak MDMA. Devlopman tolerans rapid. Redozaj kompòlse

	pase kokèn epi yon dire yon ti tan: amplifikatè sosyal-emosyonal la. Kol ajan an.	ki dire lontan. Chale sou syosyete ak ouvèti emosyonèl. Santi koneksyon vre ak patnè yo ke eksperyans sobri rarman bay pou kèk moun.	akoòz dire yon tan kout. Dekondisyon enpòtan ki gen ladan depresyon ak anksyete.
MDMA (ajoute souvan)	Flòd serotonin: lejman oksitocin, entimite emosyonèl, efè empatijèn, amelyorasyon taktile, eufori. Souvan ajoute nan twizeye a pou pwoptye koneksyon emosyonèl espesifik li yo.	Pi fonse sans koneksyon emosyonèl ak akseptasyon. Santi w vreman wè epi w vle. Rediksyon jeen seksyèl. "Dwa lanmou" nan kontèks eksperyans seksyo-emosyonal ki konbyensyon konsyans nòmal rarman pwodui.	Nèvotokisite serotonine ak itilizasyon souvan. Komedown MDMA ("bleu de ti youèm") se depleisyon serotonine — depresyon, anksyete, retreman sosyal. Rekiperasyon mande repare sistèm serotonine ansanm ak travay dopamine. Peryòd ki pi emosyonèlman vilnerab nan imedyat sou dèyè itilizasyon an.

Sa ki te organize sou chemen patèn chemsex la

SENTURION AN — Substans yo pa te objektif la. Eksperyans la se li.

Konprann rekonperasyon chemsex mande konprann sa eksperyans an te bay — pa dwòg endividyèl yo, men totalite eta yo kreye ansanm. Kompendium nan rele pwodwi endividyèl yo kòm 'Chemsex Daemon' ki 'deaktive algoritm deteksyon menase natif itilizatè a.' Men fason kad sa a, pandan li egzak pou objektif rediksyon maladi, dekri mekanis la pandan l ap diminye pouvwa sa ki te tcheke.

Sa ki te bay pa chemsex la — onètman e san yo pa patolojikize bezwen an:

- Disinhibisyon seksyèl: pou anpil moun ki sekswalite yo pote je goumen, homofobi entènèt, oswa pwa istorik rete nan yon kominote ki te kriminalize, patolojikize, e ki te diminye pa SIDA nan memwa vivan — retire chimik inhibisyon sa a pa t pou rekreasyon. Se te libète. Liberté sou je goumen ki pwodwi substans yo se te reyèl, epi li te bay aksè ak yon idantite seksyèl ki te santi l enposib san yo.
- Aksept radikal ak anbyans: senaryo chemsex la, nan pi bon li, bay yon kominote akseptasyon radikal — espas kote sekswalite ki kwè nan tout fòm yo seyelebrasyon olye ke yo tolere. Anbyans sa a te vre. Koneksyon an te vre. Substans yo te amplifye l pwemakolojikman, men bagay ki te amplifye a te reyèl.
- Intimite fizik ak emosyonèl ekstrèm: amelyorasyon taktile mephedrone ak pwopriyete empatogenik MDMA kreye eksperyans intimite fizik ak emosyonèl yon entansite ke konsyans nòmal rarman pwodui. Pou moun ki te

pase traime enkolasyon emosyonèl siyifikatif, travma relasyonèl, oswa difikilte avèk vilnerabilite — fonksyon koneksyon sa a ke chemsex la te pèmèt santi l tankou sèl aksè disponib pou kontak imen vre.

- Endirans ak pèfòmans: kristal met yo ki bay yon enèji ekstrèm ak met ki retire fatig mete moun nan kapasite pou fè aktivite seksyèl pandan kèk èdtan oswa jou ki t ap imopositab biyolojikman lè yo san dwòg. Pou moun ki te santi yo pa ase nan pèfòmans seksyèl yo san dwòg la, amelyorasyon fonksyonèl sa a vin yon nesesite olye ke li se yon amelyorasyon.
- K-hole ak disosyasyon (ak ketamin): nan kontèks kote yo te ajoute ketamin, dimansyon disosyatif la te bay aksè a eta konbyensyans ki te chèche pou pi bonè karaktè fenomenolojik yo menm ak eksperyans seksyèl la.

Pa gen okenn nan fonksyon sa yo ki disparèt lè pwodwi yo retire. Rekiperasyon dwe adrese chak youn yo — pa lè li jwenn ke yo te ilizyon, men lè li jwenn chemen reyèl, ki pa depann de pwòdwi chimik, pou ak menm eksperyans sa yo.

Reyalite Retirèman Poly-drog

* **Kisa sa vle di?** Lavi moun ki te itilize plizyè kalite dwòg (tankou opioid, benzodiazepin, sedatif, elatriye) epi kounye a ap eseye retire yo sou tout yo an menm tan.
* **Ki risk yo genyen?**
    * Interaksyon medikaman: Dwòg ki pa konpatib ka lakòz reaksyon grav.
    * Sintòm retirèman ki pi fò: Kò a ap fè yon gwo chanjman, sa ki ka lakòz maladi ak pwoblèm fizik emosyonèl.
    * Overdose (siksyon): Yon risk konstan si pa swiv pwosesis medikal kòrèk.
* **Ki sa moun yo dwe fè?**
    * Konsilte yon ekip medikal ki espesyalize nan tretman dwòg.
    * Pa eseye retire tout bagay poukont ou.
    * Swiv pwotokòl ki mete pa doktè a (sa ka genyen konbinezon medikaman tankou Naloxone oswa lòt ajan).
* **Pawòl kle:**
    * Stabilizasyon: Mete kò a nan yon eta ki pi kalm.
    * Sipò psikososyal: Konsilte terapist pou jere emosyon yo ak pwoblèm lavi chak jou.

SENTURIYEN AN — Tre Retirada K ap Pase An Menm Tan — Avèk Nivo Ijans Medikal Diferan

⚠ ELEMAN KI PI DANJE NAN RETIRASYON CHEMSEX SE GHB/GBL. SI OU AP DONN GHB/GBL REGILÈMAN — PLIS MATEN DE YOU — PA SÈTE AK RAPIDITE. CHèche sipèvizyon medikal anvan ou diminye. Retirasyon METH ak retirasyon MEPHEDRONE, menm si yo brutal, pa danjere pou sante nan menm fason an.

Sòtans	Ijans medikal retreman	Liy tan difikilte maksimòm	Atik ki pi devan pou retreman
GHB / GBL	KRITIK — Risk konvèsyon ak sikoz. Pa sispann anndan si w ap dose 3 fwa pa jou oswa plis. Nesesite sipèvizyon medikal.	Èrè ki rive nan èdtan 2–72 apre dènye dozaj la — fenèt danje akut	Konvèsyon, delir, ilijinasyon, enstabilite otonomik ekstrèm, anksyete grav, swe, takikardi. Mande pou jesyon medikal ak baclofen oswa benzodiazepine. Konsilte

			gid GHB nan seri sa a pou pwotokòl konplè.
Kristal metanfetamin	WO - Psikolojikman brutal; pa danjere medikalman nan sans akut la	Jou 1–14 pou faz akut; semèn rive mwa pou anhedonia	Fatig ekstrèm ak hipersomni (kras), depresyon pwofon, anhedoni, kravings entans, enkyetid. Kras met yo apre sesyon chemsex plizyè jou se youn nan eta retreman ki pi grav nan medisimant stimulan.
Mephedrone / cathinones	MODERAT — Pa danjere pou sante an akout, men estrès sikolojik grav	Jou 1–5 ap fonksyone pi fò; semèn pou normalizasyon mood.	Depresyon, enkyetid, fatig, anhedonia, diminye kapasite kognitif, yon gwo bezwen pou bagay ki fè plezi, labilite emosyonèl. Depletion serotonin la byen parèt — depresyon ka grav epi li mande swiv.
MDMA (si regilyeman enkli)	Depleman serotonin pwodui depresyon grav apre itilizasyon	Jounen 3–7 ap fonksyone pi fò; semèn rive mwa pou rekupere serotonin	Depresyon "comedown" grav (sa yo rele "blues joumanche" apre itilize MDMA), anksyete, engourad emosyonèl, retreman sosyal, diminye kapasite kognitif. Pi souvan MDMA te itilize, pi grav depleksyon serotonin ki te parèt.

Pwosedi klinik la: adrese retreman GHB an premye — sa se ijans medikal la. Kras mete a ak retreman mephedrone yo pral rive menm tan, men yo pa imedyatman menase lavi. Jesyon yo kouri an paralèl yon fwa pwotokòl medikal GHB la fin adrese.

Seksyon 2 — Blueprints Jenetik ou

Kompendium nan mansyone de vyeblman farmakogenòmik espesifik pou chemsex: COMT Val/Val (Warrior — mennen ak chèche santiman ki gen risk wo atravè defisit dopamin) ak varyasyon MTHFR (ki diminye entegrite anviwònman mukozal epi ki fè malan sintezi nitròtransmètè). Panojenòmik konplè pou rekoblè chemsex la tire nan gid sou substans yo men li gen enplikasyon espesifik pou chemsex:

Jen	Varyan	Wòl espesifik Chemsex	Konsekans pou rekoblèman
COMT	Val/Val (rs4680) — Konstitisyon Wariye	Motè jenetik prensipal ki fè chemsex nan kompendium an. COMT rapid = dopamin baz ki ba = mennen bay estimilasyon wo entansite ki gen ladan nouvèl seksyèl ak risk. Wariye a chèche entansite paske entansite se sèl bagay ki bay siyal dopamin ase.	Arkitekti rekoblè dwe bay entansite vre—konpetisyon, defi fizik, reyalizasyon kreyatif, riski ki gen sans. Wariye ki kite chemsex san li pa bati arkitekti entansite ekivalan ap rechute, pa akòz echèk moral, men akòz nesesite nurobyolojik.
MTHFR	C677T (rs1801133) ak A1298C (rs1801131)	Kompendium nan espesifikman mansyone varyant MTHFR kòm ogmante ris lan transmisyon VIH atravè entegrite linèt mukozal ki febliye — baraj tisi fizik la. Li tou enfeble sinantè nitròtransmèt ki rete baz pou enkyetid ak jeen ki te genyen chemsex la ap jere.	Sipleman 5-MTHF adrese pwoblèm entegrite membra yo ak defisit sintezi nitròtransmètè yo an menm tan. Sa se bagay ki pa opsyonèl pou moun k ap pote varyasyon MTHFR nan rekoblè chemsex — li adrese faktè risk fizik HIV la AKÒM motè nurokimik patnòn chemsex la.
GABRA2	rs279858 / rs279845 haplotip ki gen gwo risk	Determine gravite dependans ak ris retirman GHB. Pèsonn ki pote jèn nan GABRA2 gen pi ba ton inhibisyon GABAerjik de baz — GHB bay yon soulajman	GABRA2 ki gen gwo riski = bezwen yon diminisyon GHB pi dous, PAWS ki pi grav, yon tan ki pi long pou rekipere ton natirèl GABA. Li detèmine tou risk konvèsyon pandan retretwar GHB — enfòmasyon esansyèl pou ekip medikal la.

		eksepsyonèl ke moun sa yo santi pi fò pase lòt moun.	
DRD2 / ANKK1	Taq1A A1 alel (rs1800497) — Sindròm Defisyan Rekòdman	Rediksyon nivo reseptè D2 = siyal dopamin ki pa ase klikeman = yon pwemye enkyetid fò pou nenpòt eksperyans ki rekipere defisit sa a. Flooding dopamin ak plizyè substans chemsex bay soulajman pou defisit sa a pi efikas pase prèske nenpòt lòt eksperyans.	Yon moun ki gen alel DRD2 A1 pa ka rete tann pou l jwenn yon lavi san pwoblèm ki ase san konstriksyon delib sou plizyè sous rekòd entans. Rekiperasyon sèl sous pa ase. Atikitekti adiksyon natirèl la dwe vrèman multi-chanèl.
DAT1 / SLC6A3	Allele VNTR 10-rep (rs28363170)	Ekspresyon ki pi wo nan transpòtè dopamin fè yon rekapte dopamin pi rapid, sa ki mennen nan disponiblite dopamin baz ki pi ba epi yon repons ki pi fò bay blokeaj DAT pa meth. Li asosye anpil ak ADHD — auto-medikaman meth pou ADHD se yon chemen kemikse dokimante.	Evalyasyon ADHD enpòtan klinikman nan rekoblè chemsex —meth la te ka yon medikaman pou tèt li ki ap trete ADHD reyèl. Treteman ADHD san stimulan adrese kondisyon an akba pandan l retire youn nan motive fonksyonèl meth la.
SLC6A4 / 5-HTTLPR	Allel ki kout/kout — diminye ekspresyon transpòtè serotonin	Sensitivite anksye epi ki pi wo, risk pi wo pou konpòte seksyèl ki menm ak je goumen, repons pi wo bay blokeaj SERT nan mephedrone ak MDMA (chalè emosyonèl ak akseptasyon yo bay yo). Karye kout/kout la ka jwenn efè serotonèjik mephedrone ak MDMA a se dimansyon ki pi atiran nan chemsex.	Rekonstriksyon serotonin se kòm prensipal ak dopamin pou chaje ki pi kout sou SLC6A4. Anksyete ak je chay ki te devan chemsex yo te biyolojik, pa moral, epi yo mande adrese biyolojik ak terapetik tou.
CYP2B6	*6/*6	Metabòlize GHB —	Enfòmasyon esansyèl pou ekip

	metabolize pòv (rs3745274)	moun ki pa ka metabolize byen ak CYP2B6 akimile GHB e norketamin nan nivo plasma pi wo. 'Risye Logjam Dissosyatif' nan kompendium nan. Nan kontèks chemsex, moun ki pa ka metabolize byen ak CYP2B6 ka devlope depandans GHB pi rapid epi ak doze ki pi ba pase lòt yo.	medikal ki jere retou ak diminisyon GHB. Metabolise yo ki pa bon sou CYP2B6 mande doze baclofen pi ba epi swiv yon sipèvizyon pi atansyon an ka kumu akonètman dwòg la.
FAAH	C385A (rs324420) — aktivite FAAH ki redwi	Jenetik metabolizòm endokannabinoïd la. Relevan si kanabis te yon pati nan modèl kemseks (komin, patikyalman pou modilasyon enkyetid estimilan). Li afekte disponiblite anandamide tou — molekil natirèl ki konekte ak lyaj sosyal ak plezi.	Pèsonn ki pote gen jèn nan fahavò A/A gen yon ton anandamide natirèl pi wo — kapasite natirèl pou lyasyon sosyal ak plezi ke chemsex te bay pwogramatikman. Egzèsis ak koneksyon sosyal aktive sistèm sa a. Pawen natirèl la se parèt endokannabinoïd pou pwofil sa a.

Seksyon 3 — Protokòl Detoksikasyon — Sekansye pou Reyalite Polidwòg

SENTURIYEN AN — Twazyèm Trakti Rekiperasyon, Yon Pèsonn, Yon Plan Koordinasyon

Rekiperasyon chemsex pa ka jere ak yon apwòch yon sèl substans. Twazyèm substans prensipal yo mande twa chemen rekiperasyon paralèl, chak ak pwòp kadans li, bezwen medikal li, ak estrateji sipamantal li. Chemen sa yo pa ranplase youn lòt — yo kouri an menm tan, koordine.

Prensip sekansyal la: adrese GHB premye (ijans medikal), etabli kad medikal ak supleman pou twa a, epi apre sa konstwi arkitekti rekoblè konpòtif ak relasyonèl etap pa etap.

Trèman 1: GHB/GBL — Priyorite Medikal la

Si ou ap dose GHB/GBL twa fwa oswa plis chak jou, sa se priyorite medikal imedyat pou ou. Pa eseye jere retreman GHB pou kont ou. Tout pwotokòl GHB ki soti nan gid GHB nan seri sa a aplike. Eleman kle yo:

- Baclofen taper anba sipèvizyon doktè — envanman ki pi espesifik nan pwogramasyon pou retreman GABA-B.
- Si baclofen pa disponib, pwotokòl benzodiazepin dosis wo anba sipèvizyon medikal
- Estat nan varyan GABRA2 enfòme sou pwogramasyon diminisyon an — varyan ki gen gwo risk mande rediksyon pi dous.
- Stack supleman kòmanse Jou 1: magnesium glycinate (400–600mg divize), P5P (25–50mg), 5-MTHF (400mcg), L-theanine (200–400mg jan nesesè)
- Selank (intranazal) pou jere anksyete pandan diminisyon doze — pa fè adiktif, dirèkteman ki gen rapò ak rekoblaj GABA-B
- Epitalon pou normalizasyon arkitekti dòmi pandan peryòd ki mande yon dozaj nan lè nuit la

Trè 2: Kristal Metamfetamin — Rekonstriksyon Dopamin

Pwosesis met yo kòmanse an menm tan ak jesyon medikal GHB la. Pa gen okenn ijans medikal ki soti nan retreman met pou kont li — men kraze met apre yon sesyon chemsex ki dire plizyè jou se youn nan pi grav eta sikolojik nan medisin adiksyon. Prepare pou sa.

- Pèmèt kras la: Protokòl 01 (Lajè), dòmi, idratasyon, manje ki rich nan pwoteyin lè apeti a retounen
- Tirosin (500–1000mg, maten, lwen pwoteyin): antsyedan dopamin — kòmanse Jou 3–5 lè ou manje regilyèman

- NAC (600mg de twa fwa jouk twa fwa jou) ak manje: homeostazi glutamat; rediksyon angajman
- Uridine + DHA + CDP-Choline (Stack pou sèvo): Ogmanasyon depo reseptè D2 — rekòpere estriktirèl sistèm dopamin.
- Egzèsis kòmanse dèske li fizikman posib—BDNF se siyal repare pou domaj akson dopamin ki te lakòz pa meth.
- Semax (intranazal): Ogmanasyon BDNF ak rekonperasyon kò pou prefrontal cortex; brou kognitif apre sesyon meth chemsex reponn a sa
- BPC-157: kontre direkman dezentegrasyon sistèm dopamin ki soti nan stimulan yo nan modèl rechèch.

Trè 3: Mephedrone ak Cathinones — Rekonstriksyon Serotonin

Mephedrone ak cathinone ki rete ap ka gen yon estrikti ki sanble ak rekoblè kokain (inhibisyon reuptake twa fwa) men ak yon konpozan serotonin pi lou ki sanble ak MDMA. Dimansyon serotonin an enpòtan anpil pou rekoblè chemsex paske se koule serotonin nan mephedrone ki te bay entimite emosyonèl ak chalè ki te fè chemsex santi l tankou koneksyon vre.

- 5-HTP (50–100mg, swè): antsyedan serotonin — pi enpòtan konpliman pou platenn emosyonèl ak retreman sosyal nan rekoblèman apre mephedrone.
- 5-MTHF (400–1000mcg, maten): sipò metilasyon fondamantal; bagay ki pa ka renmen nan kompendium an pou varyant MTHFR
- Inositol (4–12g, divize ak repa yo): modilasyon sansivite reseptè serotonin; espesyalman itil pou kalite anksyete ak kravings obsesif nan rekoblè mphedrone.
- Omega-3 ki gen EPA kòm dominant (2–4g chak jou): sipò pou mood ak anti-enflamatwa nan sèvo
- Si MDMA te enkli regilyèman: depleisyon serotonin an ka vin grav — bay omwen 6–8 semèn anvan ou espere yon rekonperasyon moral ki vrè; 5-HTP ak repo yo se zouti prensipal yo.

Liy Tanperòman Retirèman Kombine pou Chemsex

Liy tan	Trè yon tèminèl GHB / GBL	Met meth track	Méphedrone track
Èrè 0–72 èdtan	Fèmen emerjans medikal. Protokol Baclofen oswa benzo. Swiv. Prekosyon konvèsyon. Sa se sèl	Kras. dòmi. Ipèrsomni. Pa goumen ak li. Kò a ap mande repo. Idrate. Manje sa ou ka manje.	Kras ak depresyon. Pèmèt. Repò yon rekòman.

	chemen ki enpòtan nan fenèt sa a — tout bagay lòt ap tann.		
Jou 3–7	Danje akut ap pase si li jere medikalman. Sistèm GABA toujou gravman deplete. Magnezyòm, L-théanine, Selank pou anksyete. Pa gen okenn rediksyon benzo ki soti nan yon fwa.	Depresyon pwofon ak anhedoni. Sa se fenèt ki pi difisil pou mete suiv sou met. Protokòl 01. Kontak sipò. Kòmanse tiyozin ak NAC si ap manje.	Depresyon ak enkyetid k ap fonn. 5-HTP kòmanse. Sipò anvanseur serotonin. Platfòm emosyonèl se sistèm nan ki ap rebati.
Semèn 1–4	Taper GHB kontinye anba sipèvizyon doktè. Konstriksyon pilman soupleman. Selank chak jou pou enkyete. Mete dòmi ap amelyore ak Epitalon. Upregilasyon reseptè GABA ap fèt.	Anhedonia dominen. Egzèsis kòmanse — mandatory, pa opsyonèl. NAC ak Brain Stack ap mache. Kriz pou konbinezon meth-seks parèt kòm pi fò siyal kriz la.	Amelyman mod pou nanmòm. Retir pou sosyal ka santi li ekstrèm— intimite serotoninik la disparèt. 5-HTP ak inositol. Rekonpakte sosyal dousman.
Mwa 1–3	Taper GHB ka ap fini oswa nan etap final yo. Sistèm GABA ap rete byen. Episòd PAWS — vag enkyetid — mande entèpsyon souf 4-7-8 ak Selank.	Upregasyon reseptè D2 ap pwogrese yon fason ki ka mezire. Momant plezi vre ap retounen. Klarite kognitif ap amelyore. Responswal seksyèl ap retounen — sa ka konsa san kontèks amelyorasyon chimik la.	Rekonstriksyon sistèm serotonin. Facilte sosyal ap retounen piti piti. Chale emosyonèl ke mephedrone te bay kòmanse parèt — avèk rezistans, entèmitan — nan koneksyon ki vrè.
Mwa 3–12	Trè bon pou GHB ki pwogrèye ak yon apwopriye diminisyon. Rekonstriksyon ton GABA natirèl atravè respireman ak egzèsis. Ond PAWS ap diminye.	Sistèm dopamin nan sou oswa prèske liy baz la. Desir seksyèl natirèl ap retounen. Liy plat la (anba) ap rezoud. Kalite kompòlse koneksyon met-seks la ap febli.	Nivo baz serotonin rete ak. Konfyans sosyal san dwòg la ap vin pi fasil pou jwenn. Intimite ke mephedrone te bay yo ka kòmanse jwenn nan koneksyon ki vrè.

Seksyon 4 — Rekonstriksyon Byolojik — Stak Inifye

Stak konplimant pou rekoblè chemsex la entegre tras endividyèl yo nan gid GHB, meth, ak kokain/mephedrone avèk ajoute ki espesifik pou chemsex la. Objektif la: rebati fonksyon GABA-B (tras GHB), sintez dopamin ak nivo D2 (tras meth), ak ton serotonin (tras mephedrone/MDMA) — pandan ke li adrese fondasyon metilasyon ki rete anba twa sa yo.

4.1 — Fondasyon Metilasyon — Pa Negosye pou Tout Traktè

Sipleman	Dòz	Tanperòl	Poukisa sa enpòtan espesyalman pou rekoblèm chemsex?
5-MTHF (L-methylfolate)	400–1000mcg chak jou	Manje maten	Kompendium nan espesifikman mansyone varyant MTHFR kòm ogmante riski transmisyon VIH atravè kompromèt moukizal yo. 5-MTHF dirèkteman adrese sa — sipòte entegrite moukizal la sou nivo selil yo — pandan li bay sipò sintez nitròtransmetteur ki soutni twa chemen rekoblè sa yo. Pou rekoblè chemsex, se aseman enpòtan anpil konpliman pou adrese tou de faktè riski VIH fizik la ak motive yo nurokimik yo.
Metilkobalamin (B12)	1000–2000mcg sublingual	Bonjou	Sinerjik ak 5-MTHF. Deplemasyon ki nan plizyè sistèm chemsex (dopamin, serotonin, GABA an menm tan) mete yon demann maksimòm sou chemen senantizasyon ki depann de B12. Fòm sublingual pou absòpsyon optimal. Sipòte entegrite miyelin ki enpòtan pou domaj neurologik ki ka lakòz pa meth.
P5P (B6 aktif)	25–50mg	Bonjou	Kofaktè pou sinès GABA (trè GHB), sinès dopamin (trè meth), ak sinès serotonin (trè mephedrone) an menm tan. Enzim ki depann de P5P ap sou mete nan pi gwo demann

			pandan rekoblè chemsex. Pa kenbe negosye sou twa trè sa yo.
Magnèzyòm glisinat	400–600mg elemantè	Manman ak swè	Sipleman fizik ki pi wo priyorite pou de nan twa trakti yo an menm tan: sipò sistèm GABA-B (trakti GHB) ak modilasyon NMDA / rediksyon enkyetid (trakti retouè met). Li tou sipò fonksyon kardiovaskilye — sa ki enpòtan konsidere chay kadyak mephedrone ak meth. Kòmanse Jou 1.

4.2 — Stak Nèotransmitè Entegre

Sipleman	Dozaj	Tanperòma laj	Trè prensipal	Nòt yo
L-Tiyozin	500–2000mg	Lwen pwoteyin	Meth / dopamin	Kòmanse Jou 3–5 lè ou manje regilyèman. Prekèdòmamin—adresaj defisit prensipal chemen met. Lwen pwoteyin pou asimilasyon.
NAC	600–1200mg de 2 fwa pa jou	Manman ak swè, avèk manje	Tout tras	Homeostazi glutamat ki enpòtan pou tout twa tras yo. Kòmanse Jou 1. Evidans rediksyon kriz nan tout kategori sibstans. Epi tou pwoteje fwa.
Uridine + DHA + CDP-Choline (Stack pou sèvo)	250mg UMP + 1g DHA + 250mg CDP-choline	Mènwa ansanm	Meth / dopamin	Upregilasyon reseptè D1/D2 — rekòpere estriktirèl sistèm dopamin ki domaje pa meth. Sa se jwèt la ki dire lontan an — li pran semèn rive mwa men se pi apwòch pou rekòpere reseptè ki gen plis sipò nan pwofizyon.
5-HTP	50–100mg	Swè, 30 min sou chemen	Mephedrone / MDMA /	Prekè serotonin — adrese deplasyon

		pou dòmi	serotonine	twa serotonin yo (mephedrone + MDMA + sistèm jeneral). Kritikal pou rekoblè moral ak dòmi. Retou fasil sosyal la kòmanse la.
L-Theanine	200–400mg	Jan sa nesesè, 2–3 fwa pa jou	GHB / anksyete	Anksiolitik ki modere GABA ak NMDA. Ki pa fè adiksyon. Konsidere espesyalman enpòtan pou fenèt anksyete grav chemen GHB la. Zouti sipò prensipal pa pwodwi chimik nan faz akut la.
Taurin	1–2g chak jou	Av ak repa yo	GHB / GABA	Sipò reseptè GABA; nuroproteksyon; hepatoprotektif — ki enpòtan pou itilizatè GBL ki fwa li pwosesis antsyedan nan fo. Kòmanse apre GHB taper ap kouri, pa pandan jesyon medikal aktif.
Inositol	4–12g (titre)	Divize ak repa yo	Mephedrone / serotonin	Sensitivite reseptè serotonin; rediksyon anksyete; prèv pou kalite kravings kompulsif. Patikyalman enpòtan pou kraving chemsex obsesif ki souvan prezante pandan rekouvè.
Omega-3 EPA + DHA	2–4g chak jou	Ak manje, maten	Tout tras	Anti-enflamatwa pou sèvo; sipò pou BDNF; mood (EPA-dominen); sipò membran pou rekòpere reseptè (DHA). Adrese domaj ki soti nan twa sibstans sa yo an menm tan.
Champignon Lion's Mane	500–1000mg	Bonjou	Met / kognitif	Stimilasyon NGF + BDNF. Adrese

				depresyon dirèk met nan molekil nuroplastisite. Repare kognitif — fòg sesyon kemik apre met se youn nan defisit kognitif ki pi parèt anpil nan medisin adiksyon.

4.3 — Nivo Peptid la

Pèptid	Mekanism atravè chemen chemsex yo	Trè prensipal	Nòt yo
BPC-157	Normalizasyon dopamin ak serotonin; modilasyon GABA-B; repareman entèstitye-serebral; anti-enflamatwa; swa yon tisi	Tout tras yo — polidwòg	Peptida ki pi jwen nan kad rekoblè chemsex la — li adrese dopamin (meth), serotonin (mephedrone), GABA-B (GHB), ak repare entènen (tout twa pwodui sa yo debarase mikwòmibyo entènen) an menm tan. Kòmanse Jou 1 nan faz apre detoksikasyon an. Oral oswa souskutanè.
Selank	Anxiolitik atravè GABA ak serotonin; diminye enkyete san depandans; direkteman ki gen rapò ak enkyete retou GHB epi enkyete depleisyon serotonin mephedrone	Trè pou kont pou GHB + mephedrone sou tèks yo	Peptide ki pi enpòtan pou dimansyon anksyete a — kouvri anksyete retreman GABA (trèvwayaj GHB) ak anksyete serotoninik (trèvwayaj mephedrone/MDMA). Pa fè depandans. Intranazal. Chak jou pandan faz akut la.
Semax	Augman BDNF ak NGF; repare kognitif; modilasyon dopamin; rekòvery kòtè prefrontal	Meth track — kognitif	Pwoblèm kognitif sesyon chemsex ki baze sou meth pou plizyè jou yo grav. Semax adrese depresyon BDNF ki pwodui pa meth epi li sipòte rekoblè prefrontal ki kenbe desizyon klè nan rekoblè. Entranazal. Kòmanse Semèn 1.
Epitalon	Arkitekti dòmi; chemen pineyal; normalizasyon	GHB track — dòmi	Patriyon GHB ki fèmen pandan lannwit devastasyon ritm sirkadian an. Epitalon

	sirkadian		sipòte chemen pineyal la lè GHB ap retire mekanis pou endwi dòmi eksteryè a. Premye 4–6 semèn yo.

Seksyal Sante ak Rekiperasyon

SENTURION AN — Dimansyon Sa Ki Rekiperasyon Estanda Pa Konnen e Rekiperasyon Chemsex Pa Kap Konnen

Tout lòt gid sou sibstans nan seri sa a gen yon seksyon sante seksyèl ki se kout oswa ki pa santral. Gid chemsex la pa ka fè sa. Eksperyans seksyèl te kontèks òganizatè ki sou li tout modèl polidwòg la bati. Rekiperasyon nan chemsex la inekòmplet — biyolojikman, sikolojikman, ak relasyonèlman — san yo pa adrese dirèkteman dimansyon seksyèl la.

Seksyon sa a tire dirèkteman nan seri Protokòl 35S kompendòm lan (pwotokòl espesyalis yo pou popilasyon sa a) epi soti nan kontni rekoblè seksyèl nan Volim V kompendòm lan.

5.1 — Evalyasyon Medikal Sante Seksèl Konplè

SENTURIYEN AN — Test yo ki pa ka tann

Anvan anyen lòt nan travay rekoblè seksyèl la: evalyasyon medikal la. Test sa yo pa opsyonèl epi yo dwe fèt nan premye semèn rekoblè a, pa lè ou santi w pare.

- Test pou VIH: Test anntigèn/antikor jenerasyon kat. Si gen okenn ekspozisyon potansyèl resan — kòmanse PEP tou si nan 72 èdtan. Si pozitif pou VIH: konekte ak pwovider swen VIH imedyatman. Treman disponib, efikas, epi li pèmèt yon lavi konplè ak sante seksyèl. U=U se reyèl.
- Panel STI: gonoré (swab urètral, rektal, farenjyen), klamidya (menm sit yo), sifilis (seroloji), herpes (seroloji si pa teste deja), hepatit C (si gen okenn itilizasyon dwòg IV ki gen ladan slamming), hepatit B (seroloji ak estati vaksinasyon).
- Vaksinasyon Hepatitis B si pa imyodis: seri twa doze bay pwoteksyon pou yon lavi.
- Vaksenasyon HPV si ou kalifye (jiska laj 45 an nan anpil gid): redwi ris kanjis ki asosye ak HPV anpil.
- Vaksinasyon pou Mpox si pa imyodis ak nan zòn endemik: vaksin Jynneos de doze. Mpox gaye nan menm rezo seksyèl kote chemsex fèt.
- CBC pou agranulositoyoz levamisole si kokèn te yon pati nan patèyòm lan.
- Panel metabolik konplè: fonksyon ren ak fwa — enpòtan pou itilizatè GBL (wout konvèsyon hepatik) epi pou nenpòt itilizasyon dwòg pa ven.
- Evalyasyon kardiovaskilè: EKG si itilizasyon meth oswa mephedrone ki enpòtan. Swiv tansyon san.

Orèman pou tès sante seksyèl pandan rekoblè: minimòm chak 3 mwa pou premye ane a. Pi souvan si ou aktif seksyèlman. Tès yo pa pini—se pratik pran swen sante w gravman.

5.2 — Piichay Kimik Entimite a

SENTURION AN — Kompendium sa a dekri li egzakteman — 'Yon Mank nan Aprantisaj'

Kompendium nan di sa sou lapri trap intimite kemik: 'Pou anpil moun ki ap rekupere, premye eksperyans seksyèl san bagay se pa yon retouman. Se yon premye bagay. Byè byè, koubyen koubyen, chak konbyen entim te medye pa kimyè. Sistèm nève a pap janm aprann ki jan pou li tolere nèt kontak vre — ekspozisyon an, ensekirite a, fonksyon santiman sa a ki vini lè pa gen anyen ki bloke konbyen nan konbyen ant de moun. Sa se pa yon echèk moral. Se yon mank nan aprantisaj.'

Nan rekoblè chemseks, mank sa a souvan pi pwofon pase nan okenn lòt rekoblè sibstans. Drog yo pa te la kòm yon bagay ki akuntitan pandan sèks — yo te kondisyon esansyèl pou sèks la. Sistèm nève a pap janm pratik konpetans entimite seksyèl san dwòg paske opòtinite pou entimite seksyèl san dwòg sa a pa janm egziste an reyalite.

Sa vle di pou rekoblè: premye eksperyans seksyèl san dwòg apre chemsex se tèritwa ki vreman nouvo. Se pa restorasyon yon bòseksyal ki egziste anvan dwòg yo. Pou anpil moun k ap rekoble sa a, pa t gen okenn bòseksyal ki egziste anvan dwòg pou rekonstwi — modèl chemsex la te kòmanse nan ane fòmasyon devlopman seksyèl yo.

5.3 — Liy plat la

SENTURIYEN AN — Sezon ki santi l tankou pèt pèmanan e pa sa

Kompendium nan dekri "flatline" la: 'Rekiperasyon kòmanse pote, pou anpil moun, yon silans kote dezi te rete. Pa gen anyen ki eksite. Pa gen enterè. Pa gen atiran pou entimite okenn kalite.' Nan rekiperasyon chemsex, flatline sa a prèske inivèsèl — paske sistèm dopamin ak serotonin yo ki te plen pou pwodui eta hiperseksèl yo kounye a rete vid, e sèvo a te demenaje sirkuit eksitasyon seksyèl yo ki te twò estimile kòmanse.

Eksperyans flatline	Kisa ki rete ap pase?	Sa mwen dwe fè?
Pa gen yon dezi seksyèl — absans konplè de egzitasyon oswa enterè	Sistèm dopamin ak serotonin yo rete vid; sirkuit rekonpans la ap kalibre lwen siyal ki twò entansatifman artifisyèl; sèvo a ap rebati sansiblite pou estimilasyon natirèl ki te ekri	Enstriksyon kompendium nan: pa panik, pa teste, pa fòse. Sa se yon sezon, pa yon jijman. Pran swen tè a — dòmi, egzèsis, nitrisyon, koneksyon — substrat kote dezi rekonstrikte. Liy plat

	sou pa ane inondasyon chimik.	la fini. Direksyon varye: 1–3 mwa pou chemsex ki baze sou met; 3–6+ mwa pou modèl ki enkli MDMA souvan.
Seks san bagay ki fè moun soufri santi l plat, mekanik, oswa enposib pou engaje ak li.	Sistèm nève a aprann ke eksitasyon seksyèl = eta dwòg. Eta dwòg la pa la. Arkitekti eksitasyon an toujou ap chèche switch ki rete ak li habituelman. Pawatwayaj eksitasyon natirèl la la men se estrangè.	Kòmanse ak entimite ki pa gen gwo enkyetid: kontak fizik ki pa seksyèl (manyen, masaj, kenbe) ki pa mande pou pèfòmans. Re-entwodiksyon gradyèl eksperyans sensual san presyon pèfòmans seksyèl. Goule emosyon seksyèl souvan se prezans kache la — sipò terapetik ka nesesè.
Ap eseye 'teste' si fonksyon an te retounen	Konpayi sa a: "Gade pònografi pou wè si eksitasyon toujou fonksyone, oswa tcheke obsesifman pou siy repons, prezante anksyete nan yon sistèm ki swafre atravè repo. Chak tès retade redemaraj la."	Sispann teste. Test la se pwoblèm nan, pa prèv yon pwoblèm. Anksyete ki kreye pa tès yo se sa k ap anpeche retou wouze natirèl. Kompendium nan di: 'Note san ou chase.' Sinyal de dezi ki ap retounen pa bezwen aksyon imedyatman.

5.4 — Rekonstriksyon Seksyal San Drog

*** **Rekonèt koneksyon yo:** Konprann kijan pwoblèm abitid ak substans ki fè mal afekte relasyon seksyèl ou, imaj tèt ou, ak konfyans ou nan yon patnè.**
*** **Komunikasyon ouvè:** Aprann pale sou bezwen, dezi, ak limit ou avèk patnè w san pèjije oswa jijman.**
*** **Rekonstriksyon imaj tèt:** Travay sou akseptasyon kò ou epi konnen valè ou ki pa depann de aktivite seksyèl ou.**
*** **Konsantre sou plezi san substans:** Eksplore fòm kontak fizik ak entimite ki pa enplike abitid oswa pwodwi ki fè mal.**
*** **Edikasyon koninyèl:** Konnen plis bagay sou sante seksyèl, konsantre sou byennèt emosyonèl e fizik ou an premye.**

SENTURIYEN AN — Aprann Sa Ki Pa Janse — Kontakte San Blokej

Kompendium nan di: 'Kontak fizik ki vrè ki te pase atravè kimsistik yo mande pou aprann retounen soti nan baz la. Konpetans entimite san dwòg — rete pre nan kò a, tolere vilnerabilite wè moun ap gade ou, rete lè santiman an twòp — yo te pase. Rekiperasyon se pa yon retou. Se yon kòmansman.'

Chanse pratik pou rebati sekswalite san dwòg nan rekoblèman chemsex:

- Mwa 1–3 (saison flatline): pa gen okenn presyon pou angaje nan aktivite seksyèl. Konsantre sou entimite fizik ki pa seksyal — manyen, chalè, prezans fizik ak moun ou fè konfyans yo. Sistèm nève a ap re-aprene ke kò ka ye nan pwoksimite san entèvansyon chimik. Sa se aprantisaj neurologik reyèl, pa yon bagay ki senpleman pou terapi.
- Soti nan mwa 3 an (lè dezi kòmanse retounen): kòmanse ak eksperyans entim ki gen yon entansite pi ba epi ki pa mete tèt ou an danje. Pa maraton ki avèk plizyè patnè, sou plizyè jou tankou sa chemsex te bay la — sa se destinasyon pou pita, si li rete yon pati nan idantite seksyèl la, rebati sou yon fondasyon san dwòg. Kòmanse ak sa sistèm nève ou ka kenbe san l pa tonbe.
- Je malu seksyèl: pou anpil moun ki ap rekipere apre itilize pwodwi kilti chimik (chemsex), sitou sa yo ki te itilize disinhibisyon chimik pou jwenn eksperyans seksyèl ki te santi yo enposib oswa emedyer, retou nan sobriete pote ak li rete malu. Sa pa prèv ke dezi seksyèl la se mal. Se prèv ke malu a egziste anvan chemsex epi li mande atansyon terapetik pwòp li. Terapè ki ap sipòte kominote LGBTQ+- se kontèks apwopriye pou travay sa a.
- Estati HIV ak idantite seksyèl: si yon moun pozitif pou HIV — kit li fèk diagnostike oubyen depi lontan — travay rekòveryon seksyèl la gen ladan pwosesis emosyonèl nan konnen diagnòs la ansanm ak reyalite pratik U=U. Yon moun ki pa ka detekte pa ka transmèt. Sa chanje peyizaj seksyèl la fondamantalman — pou anpil moun sa retire yon laperèz ki te mennen pi bonè nan konpòte ki riske pase ke yo fè divilizyon onèt.
- Monogami, non-monogami, ak kominote seksyèl: chemsex souvan te fèt nan kontèks kominote sosyo-seksyèl espesifik (aplikasyon, kote, rezo sosyal). Rekiperasyon pa mande monogami ni abandone pratik seksyèl espesifik. Li mande yon relasyon san dwòg ak nenpòt kominote seksyèl ak pratik ki otantik pou moun nan. Kominote queer san dwòg, kominote seksyèl san dwòg, ak espas rekiperasyon ki eksplisitman ap sipòte LGBTQ+- egziste epi yo ka jwenn yo.

Seksyon 6 — VIH ak Jesyon Sante nan Rekiperasyon

SENTURIYEN AN — Protokòl 42 Aplikasyon — Pye Fèy la pou Moun ki Ap Rekiperasyon nan Chemsex

Pwodwi ki nan kompendium nan, Protokòl 42 la bay kad konplè pou prevansyon ak jesyon VIH. Seksyon sa a aplike li espesyalman bay rekonperasyon chemsex.

6.1 — Si Ou Negatif pou VIH

- PrEP (Pre-Exposure Prophylaxis): si ou pa pran PrEP e ou te patisipe nan chemsex — kòmanse PrEP anvan nenpòt aktivite seksyèl pi lwen. Kompendium nan rele sa 'Firewall Anvan Ekzekisyon.' Truvada ak Descovy (oral chak jou) ak Apretude (enjeksyon, chak 2 mwa) yo tout bay plis pase 99% pwoteksyon kont HIV lè yo kenbe. Disponib pa travayè jeneral ou, klinik sante seksyèl ou, oswa sèvis VIH.
- PEP (Prevansyon Apre Ekspozisyon): si ou te gen potansyèl ekspozisyon HIV nan chemsex — kòmanse PEP nan 72 èdtan. Kou ki dire 28 jou. Kòmansman pi bonè = efikasi pi wo. Mande nan nenpòt departman ijans oswa klinik sante seksyèl.
- Fè tès HIV regilye: chak 3 mwa pandan ou aktif seksyèlman. Tès jenerasyon 4 la ka detekte HIV dès 18–45 jou apre ekspozisyon an. 'Peryòd fenèt' yon pi vye tès pa menm bagay ak peryòd fenèt yon tès modèn.
- Swivizman Hepatite C: si ou te ap fè slam (itilizasyon dwòg pa nèròm) kòm yon pati nan modèl chemsex la — teste pou hepatite C chak 3 mwa. Hepatite C se bagay ki ka gueri. Antivirals dirèkteman aksyonab yo rive ak yon kòdman nan 8–12 semèn nan gwo majorite ka. Fèt pou w fè tès epi trete pa konplike. Genyen li e pa konnen sa, se sa ki konplike.

6.2 — Si Ou Pozitif pou VIH

Mekatè kad kompendium nan: 'Yon patnè ki pozitif pou HIV ak yon kantite viris ki represe pa ka transmèt. Viris la prezan men li bloke epi li pa ka transmèt.' U=U se pa yon estrateji rediksyon risk. Se yon fèt syantifik etabli pa etid PARTNER ak PARTNER2 ki kouvri milye koup ki gen diferan stat ki souvan suiv pandan ane.

- Si ou fèk konnen diagnòsti a: konekte ak yon espesyalis VIH oswa klinik VIH imedyatman. Li estrikteman rekòmande pou kòmanse tretman an bonè nan enfeksyon an. Tretman an se yon pil chak jou pou pifò moun. Pifò moun ki pran tretman viv yon lavi nòmal.
- Si deja konstate epi ap trete: asire ke kantite viris la pa ka detekte anvan ou reprene aktivite seksyèl san mezi prevansyon ekadisyonèl. Si kantite viris la pa souprime — sa se yon pwoblèm medikal ki gen pi gwo priyorite. Diskite ak pwovidè HIV ou a pou konnen kisa ki lakòz ke soupresyon an pa rive.

- Chemsex ak adezyon ART: Chemsex debarase adezyon antiretroviral. Manke doze ART — menm yon fwa — pèmèt rebond virès la. Si chemsex te debarase adezyon medikaman HIV ou, se yon konvèsasyon klinik pou w fè ak pounnadw HIV ou sou ART enjeksyon long-aksyon (Cabenuva, chak mwa oswa chak de mwa) ki elimine varyab adezyon pil chak jou.
- Sante mantal ak VIH: Done diagnozi VIH nan kontèks rekoblè chemsex pote yon chay sikolojik espesifik — emilman, dekolte, laperèz — ki mande sipò. Swen sante mantal ki ap sipòte kominote LGBTQ+ se kontèks apwopriye a. Anpil moun k ap viv ak VIH rapòte ke tretman ak U=U te chanje relasyon yo ak doneyo fondamantalman, soti nan yon katastwòf bay yon kondisyon kronik ki ka jere. Chanjman sa a disponib e reyèl.

Seksyon 7 — Desir pou Chimseks la — Konprann ak Intersepte

SENTURION AN — Sa ki manke se Eta konplè a — Pa nenpòt dwòg endividyèl

Kravè chemseks la diferan nan estrikti ak gravite sou kraze pou yon sèl substans paske objektif gravè a pa yon dwòg — se yon eksperyans. Gravè a ap dife pa pou met spesifikman oswa GHB spesifikman oswa mephedrone spesifikman, men pou eta chemseks la nan totalite li: entansite seksyèl la, dezinhibisyon an, intimite emosyonèl la, sans adòptasyon an, lye (oswa jou) ki egziste deyò tan nòmal.

Sa vle di ke angajman pou chemsex gen plizyè bagay ki ka detritile li, epi sa yo pa tankou akriti sèl pwodwi. Li ka detritile pa eksitasyon seksyèl pou kont li (sinal seksyèl = sinal chemsex). Pa lonalite pou kont li (fonksyon atantòm). Pa yon aplikasyon oswa platfòm espesifik. Pa yon moman semèn espesifik. Pa stre (fonksyon evazyon). Pa yon rezo sosyal espesifik. Pa memwa moun espesifik yo.

Detritè Spesifik Chemsex

Detrisye	Sa kravings la ap chèche	Yon lòt repons
Eksitasyon seksyèl — nenpòt sous	Se sèvo ki aprann ke eksitasyon seksyèl = chemsex ap fè sirkuit antisipasyon chemsex la lè eksitasyon seksyèl rive. Manke sa a se pou eta konplè sa a ki te asosye ak eksitasyon seksyèl anvan an.	Eksitasyon seksyèl la reyèl. Respon pou chemsex se kondisyone men pa nesesè. Eksèsis entèdi. Kontak ak yon moun ki ap rete nan rekouvèti. Eksitasyon an pral pase san li pa mande chemsex pou rezoud li. Flatline vle di ke gatye sa a ka absan pandan kòmansman rekouvèti — lè li retounen, entèdip yo vin enpòtan.
Aplikasyon ak platfòm dijital	Grindr, BBRT, ak lòt aplikasyon yo te chemen aksè prensipal pou sesyon chemsex. Aplikasyon an menm se yon kòmansman konpoze—entèfas la, foto yo, atantifekasyon tout bagay aktive sirkuit chemsex la.	Retire aplikasyon sa yo nèt pandan omwen premye 90 jou yo. Sa pa evite kòm defèt — se rekonstriksyon anviwònman (Pwotokòl 05) kòm medikaman. Si aplikasyon dat yo rete enstale apre, yo pa dwe rete enstale nan menm tan ak konsolidasyon rekoblèman chemsex la.
Viniye/Samdi swè (tan sesyon an)	Se sèvo ki antrene pou espere yon sesyon chemsex nan moman espesifik semèn sa yo pral pwodui siyal krave antisipatif nan moman sa yo menm apre plizyè mwa nan rekoblè.	Planifye chak jou Fen-semèn ak Samdi pandan premye sis mwa rekoblè ou yo avèk aktivite alternatif estriktire, ki gen yon entansite wo. Ou dwe okipe tan kriz la anvan kriz la rive. Pa kite fim semèn nan san plan epi

		espere vil mwen pou ranpli vid la.
Solitude ak izolasyon sosyal	Sentiman anbyen ak koneksyon ki te bay pa chemsex la se youn nan fonksyon li ki pi atiran. Solitude dirèkteman detritre bezwen pou eksperyans sa a ki te fini l toujou.	Kontak. Nenpòt kontak. Kominotè chemsex la te bay sansman nan yon chemen espesifik — kominotè rekoblè a bay li pa menm jan an. Espas rekoblè ki ap sipòte LGBTQ+-yo, gwoup twa-dis (twelve-step) ki espesyalman pou popilasyon sa a (Crystal Meth Anonymous, SMART Recovery), oswa nenpòt kominotè san bagay ki pa mande abandone idantite seksyèl ou.
Strese travay, refi, oswa doulè emosyonèl	Fonksyon evite chemsex la—fason li te bay yon reyalite alternatif pandan peryòd estrès akut—sa vle di nenpòt eksperyans douloure ka detritè angajman pou evite sa a.	Pwotokòl 01 (Lajman) pou strese akut. Pratik respireman an. Kontak terapetik. Distenksyon kle a: jere strese olye ke kouri menm bagay la. Pratik kontemplatif ki bati tolerans pou eta emosyonèl difisil yo se entèvansyon long tèm pou gatye sa a.
Pèp ki soti nan senaryo chemsex	Pèsonn espesifik nan rezo chemsex yo se koutaj konpoze — yo aktive tout eta a. Kontak ak yo, wè yo sou medya sosyal, oswa pase yo nan kominote a ka pwodui yon bezwen ijan entans.	Blokaj ak fonksyon mute sou medya sosyal yo se mezi pwoteksyon apwopriye, pa krinolite. Protokòl 08 (arkitekti sosyal) adrese rekonstriksyon konplè rezo sosyal ki mande rekoblè chemsex. Gen kèk relasyon nan rezo chemsex ki ka kenbe nan kontèks san dwòg pandan tan — pifò yo pa ka kenbe nan rekoblè premye san risk krave inaksepte.

INTERYON AK DESIR CHEMSEX LA — PROTOKÒL 5 MINIT

1. Nonyen objektif konplè kriz lan. Pa di 'Mwen vle itilize.' Ki eksperyans espesifik kriz la ap chèche? Entansite seksyèl la? Ankadreman an? Eskapis la? Intimite emosyonèl la? Nonmen fonksyon sa a chanje repons lan soti nan 'reziste dwòg la' bay 'jwenn fonksyon alternatif.'
2. Sòti nan anviwònman oubyen platfòm sa a. Si ou sou yon aplikasyon datan oswa nan anviwònman kote w ap tann, sòti imedyatman. Si ou pou kont ou lakay jou fredi nwit — chanje kote. Chanjman anviwònman fizik ak dijital se premye aksyon an.
3. EKZEKITE RESPIRASYON 4-7-8 — SIS SIKL. Manke krent chemse a gen plizyè konpozan nurobyolojik ki ap fonksyone an menm tan. Sis sikl, pa kat, pou aktive yon repons parasimpatik ase.

4. PRAN NAC, L-THEANINE, E MAGNESIUM. Ijans nurokimik ki dèyè angajman sa a gen yon konpozan biyokimyik ki ka adrese an tan reyèl. Sa yo se twa aseman ki pi dirèkteman enpòtan pou eta angajman ki multi-sistèm.
5. KONTAK — ESPESIFIKMAN KONTAK KOMINOTE REKPERASYON. Pa kontak chemsex. Pa kontak sosyal ki pa konnen rekperasyon ou an. Spesifikman yon moun ki konprann rekperasyon chemsex. Crystal Meth Anonymous, yon travayè sante seksyèl, yon travayè rekperasyon ki konnen kominote sa a, oswa yon terapist enfòme sou chemsex.
6. EKZEKITE REWARD NATIRÈL AK ENTENSITE EKSTRÈM. Anyen ki gen yon entansite vreman konsistan — menm entansite sou kote chemsex te bay la. Eksèsè difisil, plonfò frèt, travay kreyatif, aktivite konpetitif. Bezwen sèvo Wariye a mande yon repons nivo Wariye, pa yon bagay modere.
7. Sa ki te detritè li? Ki fonksyon li t ap chèche? Sa ou te fè? Kisa kase entansite kravings la? Apre twa semèn sa a done sa yo pral revele arkitekti kraving espesifik ou — modèl yo, detritè yo, fonksyon yo — ak yon klète okenn obsève eksteryè pa ka bay.

Seksyon 8 — Kominyon, Idantite, ak Arkitektir Ankiman San Drog

* **Kominyon kòm yon espas:** Ki jan kominote yo sèvi kòm yon ranbazon pou moun ki ap rekipere?
    * Konsepsyon "belonging" (sentiman anklèt) nan kontèks rezidans.
    * Pwoblèm izolasyon ak konsekans li sou pwogrè rekipere.
* **Idantite apre yon maladi:** Rekonstriksyon tèt yo lè yo pa pi plis pase "victims" (viktim).
    * Pèspektiv kiltirèl sou pwosesis travay ak rekonstriksyon idantite.
    * Konfli ant idantite ki te ye a ak idantite nouvo nan rekipere.
* **Arkitektir pou ankiman:** Kreye espas fizik ak sosyal ki sipòte vi san bagay ki fè mal.
    * Dizyen tèritwa ki mete aksan sou koneksyon imen olye ke izolasyon medikal.
    * Entegre sèvis kominotè nan pwogram tretman yo pou yon apwòch pi natirèl ak dirab.

SENTURION AN — Rekiperasyon pa ka mande ou kite kominote w la — Li dwe konstwi yon lòt lavi ladan l.

Pi enpòtan defi arkitektonik nan rekoblè chemsex se sa a: sèn chemsex la te bay yon kominote vre, yon sans adòptasyon vre, yon eksprimasyon idantite seksyèl vre, ak amitye vre bò kote sibstans yo. Retire sibstans yo san w pa adrese fonksyon kominotè a lakòz izolman — e izolman se anviwònman kote rechute pi byen encube.

Rekiperasyon nan chemsex pa mande pou kite kominote gay, biseksèl, oswa queer la. Li pa mande pou vin selibye. Li pa mande pou abandone idantite seksyèl oswa

pratik ki te otantik pou moun nan anvan modèl chemsex la kòmanse. Li mande konstwi yon vèsyon sobri fonksyon kominotè ke chemsex te bay yo — atantè, koneksyon, ekspresyon seksyèl, ak libète pou ye tout moun ou se vre — atravè mwayen ki pa enkli sibstans yo.

Konstriksyon Kominotè LGBTQ+ ki San Drog

* **Konesans ak Sipò:** Kreye espas kote moun ka pataje eksperyans yo san jijman.
* **Edikasyon sou Substans:** Ofri sesyon pou konprann relasyon ant pwoblèm abitid yo ak sante seksyèl/identite.
* **Konnekte ak Resous:** Mete an kontak manm kominotè a ak sèvis ki disponib (konsiltasyon, terapi).
* **Pwomosyon Byennèt Espirityèl:** Organize aktivite pou sipò moral ak emosyonèl.

- Crystal Meth Anonymous (CMA): espesyalman oryante pou kominote kreyòl ki afekte pa meth, ak prezans fò nan gwo vil yo. Eksperyans komen chemsex kreye yon kalite konpreyansyon espesifik ke kominote rekonperasyon jeneral ka pa bay.
- Rasanman SMART Recovery pou LGBTQ+: yon altènatif sekou pou etap twa ak disponiblite reyinyon ki pi espesifik pou LGBTQ+.
- Sèvis sipò espesifik pou chemsex: Nan Tribyen Britanik la, anpil òganizasyon sante seksyèl ak VIH ofri sipò espesifik pou chemsex. Ayitiyen yo, òganizasyon tankou San Francisco AIDS Foundation, CALLEN-LORDE Community Health Center (New York), ak anpil òganizasyon swen VIH ofri konsèy ki enfòme pa chemsex. Terapis ki konnen sou chemsex se relasyon klinik ki pi valab nan rekoblè sa a.
- Espas sosyal pou LGBTQ+ ki san pwòp: bar ki san pwòp, evènman ki san pwòp nan kominote Pride, lig ki atletik pou LGBTQ+, òganizasyon kominotè, opòtinite volontè. Tissage sosyal kominote a pa mande sibstans yo egziste — men vèsyon ki san pwòp la mande konstriksyon entansyonèl paske li mwens vizib pase vèsyon ki òganize pa sibstans yo.
- Kominyon rekoblè kòm yon ekosistèm sosyal: anpil moun ki ap rekupere nan chemsex jwenn kominote pi otantik yo nan lòt moun ki konprann eksperyans espesifik chemsex la ak eksperyans espesifik pou rekonstwi apre li. Konnen sa yo pataje — sou jan dwòg yo te santi yo, sa yo koute, kijan rekonstriksyon sanble — kreye yon kalite entimite ni kominote itilizatè a ni espas rekoblè jeneral ki ka replike.

Kesyon Idantite a

SENTURIYEN AN — Kisa ou ye pa sa w te ap fè

Rekiperasyon nan chemsex souvan gen yon kriz idantite espesifik: 'Si mwen pa moun ki ale nan sesyon yo, mwen se ki seksyèlman?' Pou moun ki tout devlopman seksyèl granmoun yo te pase nan kontèks chemsex la, sobriete pa restaure yon idantite seksyèl ki deja egziste — li mande konstriksyon youn.

Pozisyon kompendium nan: rekoblè pa retire idantite. Idantite seksyèl la — gay, bi, queer, oswa nenpòt lòt — se pa chemsex. Ankadreman kominotè a pa sibstans yo. Kreyativite a, vitès la, chèche entansite ki te karakterize sèvo Warrior ki jwenn chemsex atiran — sa yo pa dwòg yo. Yo se karakteristik moun ki egziste anvan dwòg yo e ki rete disponib pou òganize bò kote yon bagay ki pi wo pase yon sesyon.

Rekiperasyon se konstwi yon idantite seksyèl ak sosyal ki pa mande sibstans pou jwenn li. Konstriksyon sa a ka pran ane. Se pa rekiperasyon soti nan kiyès ou ye. Se dekouvri kiyès ou ye san filtre a.

Seksyon 9 — Navige nan Recovery Kernel: Mete W sou Mèt Protokòl ou

Rekiperasyon chemsex se navigasyon ki pi dens nan pwotokòl nan seri sa a. Gid sou substans endividyèl yo bay detay pou chak tras. Map sa a koordine yo.

Faz	Pwotokòl	Konsantrasyon prensipal	Nòt espesifik pou chemsex
Ijans Medikal (Jou 0–7)	Gid GHB (Seksyon 3); Pwovidjan medikal; Klinik sante seksyèl	Jere retreman GHB; tès pou VIH/STI; PEP si endike; kòmansman PrEP	Premye 72 èdtan yo detèmine pa jesyon retreman GHB. Tout bagay ki rete swiv apre danje medikal akut la fin jere. Evalyasyon HIV/STI nan premye semèn nan se mandatory.
Fondasyon Byolojik (Jou 1–14)	Pwotokòl 07, 09, 17, 18; Stak soupliman inite (Seksyon 4)	Stak supleman twatrak: nitrisyon; idratasyon; dòmi; magnezyòm Jou 1	NAC ak magnezyòm sou Jou 1 — adrese twa tèmin sa yo an menm tan. Tirosin kòmanse Jou 3–5. 5-HTP kòmanse Jou 1 (swa). Stak konpoze pou twa tèmin sa yo etabli nan premye de semèn yo.
Redizni Dijital ak Anviwònman (Jou 1–30)	Pwotokòl 05, Pwotokòl 08	Telete aplikasyon yo; restrikti rezo sosyal; retire koutaj; jere kontak chemsex	Aplikasyon yo dwe tonbe nan premye 24 èdtan an. Pa apre yon tan. Arkitekti sesyon chemsex la pi souvan òganize atravè platfòm dijital — redizyen anbyonn an dwe enkli anviwònman dijital la konplètman. Sa se pi difisil chanjman konpòtman pou anpil moun ki ap rekipere nan chemsex.
Mape Jenetik (Semèn 1–4)	Seksyon 15 (Kompendium), Seksyon 2 nan gid sa a	COMT, GABRA2, MTHFR, DRD2, SLC6A4, CYP2B6	GABRA2 high-risk se pi enpòtan bagay pou ekip medikal ki jere GHB. COMT Val/Val enfòme sou entansite arkitekti a. Eta MTHFR konfime 5-MTHF kòm priyorite. SLC6A4 short/short idantifye pwofil ki baze sou serotonin ki bezwen pi fon sipò mephedrone-track.
Sante Seksèl ak Jesyon VIH (Kontinye)	Pwotokòl 42 (Prevansyon HIV); Seksyon 5 ak 6 nan gid sa a; Klinik sante seksyèl	Adherans PrEP oswa ART; tès STI chak twa mwa; rebati sekswalite san pwòp; navigasyon flatline	Pwogram sante seksyèl la kouri pandan tout peryòd rekoblèman an — pa kòm yon mezi efemè men kòm yon pratik pèmanan. Tès STI chak triye mwa, adezyon kontinyèl ak PrEP oswa ART, epi rebati kapasite seksyèl san pwoblèm yo se pratik lavi, pa entèvansyon rekoblèman byento.
Arkitekti	Pwotokòl 04,	Kominote LGBTQ+	Kominyon ki te bay pa chemsex la

Kominotè (Semèn 2–12)	Pwotokòl 08, Pwotokòl 16; CMA oswa ekivalan	ki sou sobri; sipò enfòme pa chemsex; relasyon terapetik	dwe ranplase — pa ak yon kominote pi mal oswa yon kominote ki viv san bagay sa yo, men ak yon vèsyon sobri nan atantif ak koneksyon. Sa se pwojè mwayen tèm ki pi enpòtan nan rekoblè chemsex la e sa ki pi detèmine siksè long tèm.
Travay Idantite Seksèl (Mwa 2–12)	Pwotokòl 20, 21, seri 35S; terapi ki ap sipòte LGBTQ+	Konstriksyon idantite seksyèl; pwosesis emosyon ak jejen; devlopman sekswal san bagay ki fè yon malèt; liy plat la ak rezolisyon li	Pwofesè espesyalis Protokòl 35S seri nan Volim VII nan Konpendium prensipal la bay kad detaye pou travay sa a. Yon terapist ki ap sipòte LGBTQ+- ak eksperyans chemsex se relasyon klinik ki pi valab nan faz sa a.
Jwe Long Term (Mwa 6+)	Pwotokòl 24, 25, C-28, C-31; Pwotokòl 35S.d	Arkitekti entansite wapian an; objektif la; tèt seksyèl ak sosyal ki konplètman klè	Pèsonn ki te rebati lavi li apre chemsex—ak yon kominote vre, kapasite seksyèl san pwòp bagay, entansite arkitekti sèvo Wariè yo mande a, sante HIV jere, ak konplèman tout rekonstruksyon biyolojik la—se katégorikman diferan de pèsonn ki te rive sou premye paj seri sa a. Kompendium sa a te ekriò pou yon pati nan moun sa a.

Yon dènye mo

SENTURION AN — Kominotè a, Koneksyon an, Entansite a — Yo Te Reyèl. Wout pou rive la pa mande dwòg yo.

Dedikasyon kompendòm sa a pou J.P., A.C., J.S., G.F., ak C.O. — moun ki te koupe tan an anvan okenn moun di yo ke sa ki mennen yo nan sibstans la se biyoloji, pa feblès. Nan rekoblè chemsex, dedikasyon sa a gen yon pwa espesifik: epidèm ki frape kominote LGBTQ+ nan ane 1980 ak 1990 te pwodui yon travma kominote ki toujou ap rezonan. Sibstans yo ki òganize etourè seksyalite nan kominote sa yo pa rive nan yon vaku. Yo rive nan yon kontèks pèt, emilasyon, stigma, ak de-inhibisyon radikal ki travma a ka pwodui.

Recovery Kernel pa mande ou pou w fè rekonesans pou siviv ou oswa pou minimize sa pwodwi yo te bay. Yo t'ap bay bagay reyèl — kominote, koneksyon, atantman, libète seksyèl, entansite, santiman de rete konplèt vivan e konplèt vle nan yon mond ki te di kominote ou li malad ak pou jete.

Sa Recovery Kernel ofri se posiblite ke tout bagay reyèl sa yo disponib san sibstans yo. Ke sensasyon an disponib nan yon kominote ki pa bwè. Ke koneksyon an disponib nan entimite ki vrè. Ke entansite a disponib nan kapasite natirèl konstitisyon Warrior la pou li. Ke libète seksyèl la disponib — pi konplètman, pi an sekirite, pi dirabman — nan yon sekswalite ki pa bwè ki bati sou sa ou vrèman ye olye ke sou sa dwòg yo te enable temporèman.

Trinité chemsex la te yon arkitekti. Yon sistèm pwodwi peman pou fonksyonèl, ki te konseve entansyonèlman pou pwodui eta espesifik. Rekiperasyon se konstriksyon yon lòt arkitekti pou pwodui menm eta sa yo — atravè mwayen ki pa diminye sistèm dopamin an, ki pa mete sistèm GABA an an danje, ni ki pa mete kò a nan risk.

Kompendòm sa a te bati pa yon atistik. Li ofri ou kòm yon seri espesifikasyon enjenyè. Bati a se pou ou konstwi.

— — —